

LOU FLOREZ

El arte moderno
de la
Brujería

Despierta a la bruja que llevas dentro

GUÍA PARA PRINCIPIANTES PARA LA CREACIÓN DE HECHIZOS,
LA ELABORACIÓN DE MEDICINAS
Y OTRAS TRADICIONES DEL SUR GLOBAL



EDICIONES OBELISCO

Si este libro le ha interesado y desea que le mantengamos informado de nuestras publicaciones, escribanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Ciencias Ocultas, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición...) y gustosamente le complaceremos.

Puede consultar nuestro catálogo en www.edicionesobelisco.com

Colección Magia y Ocultismo
EL ARTE MODERNO DE LA BRUJERÍA
Lou Florez

1.ª edición: octubre de 2023

Título original: *The Modern Art of Brujería*

Traducción: *David George*
Maquetación: *Marga Benavides*
Corrección: *M.ª Jesús Rodríguez*
Diseño de cubierta: *Enrique Iborra*

© 2022, Lou Florez

Obra publicada por acuerdo con Ulysses Press
a través de International Editors & Yáñez Co'S.L.
(Reservados todos los derechos)

© 2023, Ediciones Obelisco, S. L.
(Reservados los derechos para la presente edición)

Edita: Ediciones Obelisco, S. L.
Collita, 23-25 Pol. Ind. Molí de la Bastida
08191 Rubí - Barcelona - España
Tel. 93 309 85 25
E-mail: info@edicionesobelisco.com

ISBN: 978-84-1172-058-8
DL B-13837-2023

Impreso en los talleres gráficos de Romanyà/Valls S. A.
Verdaguer, 1 - 08786 Capellades - Barcelona

Printed in Spain

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada, transmitida o utilizada en manera alguna por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o electrográfico, sin el previo consentimiento por escrito del editor. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

ÍNDICE

Introducción	5
Capítulo 1. Despertar a la bruja en tu interior	11
¿De dónde venimos?	12
Respiración activa	15
Experimento de visualización (abrir el ojo de la mente)	16
Órbita microcósmica (combina respiración y visualización)	18
Procedimientos para todas las recetas, hechizos y rituales del libro	19
Capítulo 2. Bóvedas y aguas floridas	21
Crear la bóveda en tu hogar	21
Elementos clave para la bóveda	22
Desarrollo de relaciones con la bóveda	23
Ejemplos de servicios	24
Capítulo 3. Limpias	69
Limpieza a base de naturaleza/limpieza a base de oxígeno	72
Limpieza en seco con plantas de hoja perenne	74
Limpieza espiritual de nosotros mismos y de otros con humos sagrados ..	76
Limpieza espiritual y protección de un espacio	77

Capítulo 4. Baños y lavados espirituales	81
Trabajar con el agua del baño espiritual usada: desechos	86
Rito del baño para descruzar (tradicón de la magia negra).	87
Rito de baño mejorante	91
Ejemplo de ceremonia de lavado de un negocio	91
Capítulo 5. Perfumes espirituales	105
Clasificación de los aromas, perfiles y trastornos espirituales	107
Aromaterapia	110
Aspectos básicos de la formulación	110
Persistencia del aroma.	115
Diferencias en la destilación de extractos naturales (elementos botánicos).	116
Capítulo 6. Velas y luces espirituales	147
Procedimientos para las velas	153
Recursos	175
Agradecimientos	177
Acerca del autor	179

INTRODUCCIÓN

Al ascender, elevamos

—Mijo, llevo puesta algo de esa agua sagrada que tienes, ¿sabes? La que encontré en tu coche.

—Mamá, no tengo agua bendita en mi coche. ¿De qué estás hablando?

—Mijo, ya sabes, la que cuelga de la ventanilla.

Me agarró de la mano y me condujo a través de grupos de pollos hambrientos y de hierbas que llegaban hasta la cadera hacia el descolorido Buick de color azul claro de 1988, o «la barca», como yo lo llamaba. Tiré de la puerta del acompañante para abrirla y, señalando hacia la ventanilla, dijo:

—¿Qué es eso?

Mi veintena, al igual que mi coche, estuvo llena de una mezcla de cristales, platillos tibetanos, pies de pollo chamuscados atados al retrovisor para que me protegieran y un surtido de otras estupideces de «bruje» diseminadas por los asientos y los portavasos. Lo que creía que necesitaba entonces y el aspecto que tiene mi consultorio en la actualidad es radicalmente distinto. Un Anciano dijo en una ocasión que nuestro Oficio o Arte nos hace madurar y que nosotros hacemos madurar a nuestro Oficio.

—¿Qué es eso?

Atrajo mi atención, golpeándome con su dedo índice derecho, hacia la vasija de vidrio pegada a la ventanilla con una ventosa. Ya había tenido una conversación de «salida del armario de las escobas» con ella antes ese verano, por lo que cualquier cosa tenía el potencial de ser «brujería» para ella. En ese momento, pegó su dedo en la parte inferior

de la ventanilla y, ungiendo sus muñecas con agua, se las frotó vigorosamente y se las olió.

Lo que ella había pensado que era agua bendita era, en realidad, lo que había quedado de las flores que había desechado hacía poco. Empecé a explicárselo, pero carecía de importancia para ella. La santidad formaba parte de su naturaleza esencial independientemente de si el objeto en cuestión había sido «bendecido». Nos reímos y nos unguimos mutuamente con dulces bendiciones hasta que no quedó ni una gota de agua.

¿Qué hace que un agua sea bendita o sagrada?

Mi madre era una Bruja.

No era la clásica bruja con un sombrero negro, con una piel del color de los mocos y que robaba las almas que aparecía en *El mago de Oz*, ni tampoco la versión moderna, molona, fantásticamente talentosa y chic, como las hermanas de la serie televisiva *Embrujuadas*: era una mujer que saludaba a toda la gente con la que se encontrara en una habitación, y saludar a una persona implica mostrar interés por ella (por lo menos en ese momento). Generaba conexiones entre la gente, las narrativas, la comida y los artículos ornamentales triviales. Animaba la vida. Es decir: daba vida a la vida. Llevaba las cosas hacia un estado de convertirse en realidad. Ésa era mi madre, la Bruja.

Una Bruja(e)¹ es una mujer, una persona, un ser, una conciencia que anima o vierte alma hacia el interior del mundo. Son un estado de convertirse en realidad (de pie, parado, en el borde de la llegada; un cambio que empieza internamente y se propaga, poniéndose de manifiesto en un universo que es surrealista), una interpretación más jugosa, dulce y succulenta de un momento que del momento que le precede.

1. Un aspecto destacado de las conversaciones relacionadas con el género entre las poblaciones de habla española ha sido el uso de la letra o sufijo «-x» por parte de las comunidades latinxs en Estados Unidos como partícula o sufijo de género neutro de los nombres y pronombres. La letra «-e» ha sido usada históricamente con este fin por los caribeños y los centroamericanos y sudamericanos, pero debido al privilegio social que supone vivir en Estados Unidos, existe un movimiento hacia la codificación con la «x» como el sufijo legítimo de género neutro en la lengua española. Como mi política, solidaridad y respaldo están alineados con el español del Sur Global uso la «-e» en mis escritos.

Mi madre falleció el 6 de diciembre de 2020, a los ochenta y cinco años. Hay partes de mí que están empezando a despertar a esta pérdida, como los dolores fantasma de las extremidades amputadas. Sus familias del corazón y sus comunidades del alma se han puesto en contacto para compartir recuerdos (lugares en los que sus vidas se vieron cambiadas a través de sus interacciones) a través de mensajes de texto, emails, llamadas telefónicas y cartas.

Una Bruja(e) es una mujer, una persona, un ser o una conciencia que es recordada. Con esto queremos decir que se trata de un ser compuesto por los recuerdos de todos aquellos que la han conocido esparcidos por sus almas. Mucho después de su muerte física, estas facetas viven en las células de aquellos con los que se encontró. Se convierte en la voz interiorizada que habla de experiencias que no son las nuestras, de las sabidurías de vidas vividas en totalidad. ¿Qué es lo contrario de un carcinógeno? Una Bruja(e) es así.

En el verano de 2015, estaba en Instagram y me topé con una publicación que mostraba, gráficamente, los restos carbonizados de dos mujeres indígenas. El pie de foto describía cómo, en Perú, el Santo Oficio fue interiorizado como una agencia gubernamental encargada de perseguir a las Brujas: es decir, a aquellas que amenazaban las normas, los valores o jerarquías sociales. Los legados de la Inquisición en cuanto a los discursos de magia, hechicería y Brujería están inexorablemente unidos a historias de conquista y genocidio.

Una Bruja(e) es una mujer, una persona, un ser, una conciencia que vive en la periferia, las afueras, los límites, pero que hace de su vida el centro. Son soñadoras, artistas, activistas, pensadoras y elaboradoras de medicinas que están viajando para crear algo nuevo porque no hay incentivos para ellas en el presente. Los que viven en las afueras son los constructores de nuevas ciudades.

¿Qué es la Brujería en realidad?

La(s) Brujería(s) son una multitud de prácticas, tradiciones y mecanismos espirituales que se originan por todo el Caribe y América basadas no en ideologías religiosas ni en creencias en dioses/diosas ni en ningún

otro intermediario, sino en una conexión personal con el propio poder de uno mismo y en una implicación del entorno físico y la naturaleza. La magia, en estos contextos, no es ajena a uno mismo ni está basada en la recitación de palabras «de poder» o de fórmulas, sino que consiste en la activación de la fuerza interior del alma que vibra en armonía (y que consiente a nuestro funcionamiento) con las vibraciones del mundo para dar lugar a un cambio duradero y relevante. La brujería está vinculada, en lo más profundo de su ser, a una comprensión de nuestro entorno (tanto urbano como rural, como cualquier punto intermedio) y cómo desarrollar y estar en contacto con la tierra y la ubicación.

Los pueblos que crearon lo que en la actualidad consideramos «Brujería» no se identificaron a sí mismos con esa etiqueta. Antes de la Conquista, más de mil tribus habitaban Norteamérica y Sudamérica. Tras el desembarco de Colón en 1492, españoles, portugueses, ingleses y franceses colonizaron el norte, el centro y el sur de América y el Caribe, y crearon plantaciones a gran escala que poblaron mediante el secuestro y la esclavización de africanos. Se estima que veintidós millones de personas fueron llevadas a América y el Caribe entre 1502 y 1866. Incluso después de su emancipación, estas comunidades han recibido muy poco apoyo y reconocimiento por su papel en la historia de América y, frecuentemente, se autodescriben como si las hubieran hecho «desaparecer» o se las hubiera «invisibilizado». Sólo los españoles llevaron, entre 1492 y 1824, a 1,86 millones de pobladores españoles a sus colonias en América. Aunque estas estadísticas y fechas son ingentes, no tienen en cuenta a los judíos, los norteafricanos ni las gentes de Oriente Medio ni de Asia que emigraron a estas áreas a lo largo de los siglos. Todas estas voces, culturas y formas de trabajar con el Espíritu se han etiquetado como demoníacas, poco cristianas, primitivas y, por lo tanto, como «brujería» o hechicería.

Incluso aunque hubiese existido alguna vez una cosa tal, no hay ninguna tradición ni hechicería pura o perfecta. No existe una única forma de practicar y crear hechizos, ceremonias o rituales. Tengo la esperanza de compartir no sólo las recetas, sino el porqué y el cómo la gente formula: el Espíritu, el ánimo o las fuerzas que infunden vida que animan el trabajo además de las técnicas para mover energía, fuerza vital y Espíritu.

Una de las principales diferencias entre la Brujería y otras tradiciones globales de hechicería no es sólo la diversidad de culturas y sus conocimientos sobre las historias, las esencias botánicas (extractos naturales), los ciclos y ritmos de la naturaleza y la implicación de sus panoramas espirituales, sino también la diversidad biorregional de seres vegetales, animales y minerales a lo largo del Nuevo Mundo. A medida que se produjeron las migraciones, los desplazamientos y las interacciones, las tradiciones y las medicinas de los pueblos se transformaron para dar cabida no sólo a los nuevos entornos, sino también a los Espíritus que estaban y están vivos en ellos.

Principios

Con este contexto en mente, me gustaría aportar unos principios que unen estos distintos legados y tradiciones.

- El Espíritu y los espíritus existen.²
- Todo lo que existe tiene un Espíritu.
- Nuestros espíritus pueden afectar a la realidad física.
- La «magia» es una práctica de oración tangible que desarrolla relaciones con y entre seres vegetales, minerales y animales y los armoniza con nuestro deseo o nuestra voluntad.
- La «magia» no es una panacea ni un sustitutivo del estar completamente implicados en nuestra vida.
- El remedio para cualquier desequilibrio espiritual, mental, o emocional podemos encontrarlo en nuestro interior y en nuestro entorno físico.
- Las Brujas sólo se necesitan a sí mismas y a sus Espíritus. Todo lo demás es un mero apoyo.

2. La palabra *Espíritu* hace referencia a la fuerza vital emanadora o ánima que se encuentra en cada aspecto de la creación, mientras que *espíritus* se refiere a entidades o seres individuales.

CAPÍTULO 1



DESPERTAR A LA BRUJA EN TU INTERIOR

Conectarse, centrarse, percibir, recolectar

El foco de nuestro trabajo en este capítulo consistirá en estudiar métodos y técnicas para comprender qué es la energía y cómo percibirla en nosotros y en nuestro cuerpo; recolectarla y aprovecharla en nuestro interior y en el entorno; y, por último, cómo mover nuestra atención-concentración-conciencia-energía, tanto internamente como en el mundo. Ésta es la base fundacional sobre la que se desarrollan todas las otras artes de la Brujería.

Configurar tu diario de laboratorio de la Brujería

Inicia un nuevo diario y etiquétalo como «Laboratorio de Brujería». Éste será el lugar en el que podrás experimentar, registrar tus hallazgos y crear una comunidad tanto conmigo como con el grupo de gente que lea el texto simultáneamente contigo. Puede ser un archivo viviente: un hechizo animado para las generaciones venideras.

En su primera página escribe «Ejercicio de Brujería: Reconocer a las Bruja(e)s». Escribe acerca de las preguntas que aparecen a continuación. Estudia la definición de escribir en un diario creando algo que sea importante para ti: esto es tuyo, tu Brujería. Permítete experimentar con cómo defines «escribir» y «textos» dibujando, haciendo collages, haciendo referencias al arte, la música, los aromas, las texturas: cualquier forma o medio al que te veas llamado a expresar la experiencia.

Pregunta 1: ¿Cuál fue tu primera experiencia de la Brujería³ y de la brujería?

Pregunta 2: ¿Cuáles fueron tus reacciones?

Pregunta 3: ¿Qué es una Bruja(e)?

Pregunta 4: ¿Que hace una Bruja(e)?

Pregunta 5: ¿Cómo son tratadas las Bruja(e)s por su familia?

Pregunta 6: ¿Cómo son tratadas las Bruja(e)s en la sociedad?

Pregunta 7: ¿Por qué querrías ser una Bruja(e)?

¿DE DÓNDE VENIMOS?

¿Quiénes son las Bruja(e)s de las que procedes, de Sangre, Amistad, Inspiración y Espíritu?

Las ceremonias. Los rituales y la hechicería son elementos para asentar una base, un lugar de encuentro en el que el Espíritu puede entrar, aterrizar y luego alzar el vuelo. Un pájaro, al igual que un hechizo, como el Espíritu, debe consentir en posarse, a pesar de nuestras llamadas. Como elaboradores de medicinas, como Bruja(e)s, nuestra tarea consiste en crear las estructuras de estos espacios: ésa es la encrucijada a partir de la cual empezamos.

3. Empleo el término *Brujería* para hablar de cambios reales en nuestra vida basados en nuestras prácticas y disciplinas espirituales frente al vocablo *brujería*, que consiste en la teatralidad de los juegos de manos y las cortinas de humo de las «brujas de Instagram» que hacen que parezca que todo lo que tengas que hacer sea encender una vela para tener una vida magnífica.

Como forma de reconocer y desarrollar la base de nuestro trabajo en este libro, de invitar al Espíritu dentro de este texto, de este hechizo, de este cambio, ofrezco este ejercicio de libación. El agua simboliza la conexión, el aplomo, la claridad y las energías que se encuentran en el umbral que concilian a este mundo con el próximo. Es el elemento del útero cósmico. Éste es el elemento necesario para la vida y que conecta a toda la vida en este planeta.

La libación, una ofrenda de agua

Ingredientes: Un pequeño recipiente con agua.

Empieza con tu dedo medio derecho y esparciendo un poco de agua sobre el suelo durante los siete primeros párrafos de la libación. Ésta representa una ofrenda de agua a cada una de las entidades y Divinidades en tu vida. Después de esta rociada inicial de agua, puedes retirar el recipiente y quedarte de pie en una posición de meditación cómoda. Durante todo el proceso y a lo largo del resto del libro, es importante que pronuncies físicamente tus oraciones, intenciones y hechizos para activar la potencia y el poder de la boca con el fin de nombrar y crear los cambios que estás buscando.

Agua fresca, agua dulce,

Agua para los Espíritus que habitan en nuestro interior,

Agua a las Divinidades de la Encrucijada: esos seres que transmiten nuestras plegarias a los otros reinos y traen de vuelta sus respuestas.

Agua a la Tierra bajo nosotros y a todos los Administradores del Terreno.

Agua a los Antepasados Trascendentes, esos seres que pueden rehacer el cosmos en un abrir y cerrar de ojos.

Agua a todas las Divinidades y las Fuerzas de la Naturaleza que trabajan continuamente para inspirar a la humanidad.

Agua de nuevo a las Divinidades de la Encrucijada para asegurar que las oraciones y los mecanismos que hemos puesto de manifiesto lleguen con gracia, belleza y dulzura.

Invocamos a estas Fuerzas, las Divinidades de la elevación y la inspiración, para que escuchen nuestras voces y plegarias.

Cierra las carreteras y bloquea las puertas a todas las fuerzas y seres invalidantes.

Evita a los Espíritus de la pobreza, la contención, el conflicto, la enfermedad, el padecimiento, la lucha, el trauma, el caos, el litigio, las maldiciones, la envidia, los celos, el capacitismo, el racismo, la discriminación por género y sexual, y los sistemas de opresión y todas las entidades que buscan hacer daño.

Os invocamos, Divinidades, para que nos hagáis invisibles frente a estas fuerzas, y que allá donde ellas puedan buscar no me puedan ver.

A los linajes de nuestras madres, a los linajes de nuestros padres, a todos los linajes del corazón, la inspiración y el Espíritu: nunca nos dejéis ver la muerte antes de que haya llegado nuestro momento. Ofrecemos plegarias y honramos al Creador, el Gran Útero de Luz, en el que todos surgimos y en el que volvemos a nacer.

Ofrecemos honor y oraciones a los Antepasados Trascendentes que se sientan a los pies del Creador y rezan continuamente en nuestro nombre.

Ofrecemos honor y plegarias a nuestros Guías Espirituales, Maestros Elevados, Guardianes y Protectores Sagrados y Comunidades Espirituales Evolucionadas en los otros reinos.

Ofrecemos honor y oraciones a los Espíritus que habitan en nuestro interior, a nuestro Yo plenamente realizado más liberado, que nos proporciona orientación, sabiduría y apoyo mientras llevamos a cabo nuestras peregrinaciones hacia nuestra realización.

Ofrecemos honor y plegarias a nuestras comunidades de práctica y a las medicinas que nos han enseñado.

Pedimos autorización y permiso hoy a los poseedores de la medicina, los trabajadores espirituales, las sacerdotisas, los sacerdotes y los oficiantes que nos han mostrado cómo avanzar en el carácter y la buena medicina, y les pedimos que orienten a nuestras manos y nuestro ánimo mientras trabajamos.

Así se dice, así es y así se pone de manifiesto.

La Brujería es más que lo relacionado con las «brujas» y la «hechicería». Estas tradiciones, tanto antiguas como nuevas, son prácticas para transformar la supervivencia en prosperidad a pesar de los sistemas de opresión creados inintencionadamente. Son Prácticas de la Sabiduría del Mundo que están siendo defendidas no en oposición a la modernidad, sino como una senda distinta para caminar hacia el futuro. ¿Por qué Occidente eleva al cristianismo, el islam, el budismo y el hinduismo como las únicas sendas hacia la autorrealización y qué significa eso para nuestras experiencias y tradiciones? ¿Quién se beneficia de este posicionamiento?

RESPIRACIÓN ACTIVA

Nuestra respiración contiene nuestra fuerza vital, nuestra vitalidad y nuestra conciencia, y al ir avanzando por el libro habrá lugares en los que, literalmente, la verterás en tu trabajo para unificar los ingredientes y hacerles cobrar vida.

El foco de esta meditación consiste en aportar conciencia a tus pensamientos y emociones y aprender cómo trabajar con ellos a medida que surjan para estar plenamente presente en el trabajo. Este proceso ayuda a establecer una base de paz y tranquilidad y a liberar todos los pensamientos y sentimientos reactivos que no forman parte de la práctica.

Un método sencillo para tranquilizar al corazón, la mente y el Espíritu consiste en respirar y suavizar la mirada interior (estar atento y concentrado, pero no de forma mecánica. Si surge un pensamiento o una emoción que te distraiga, reconócelo y vuelve a centrar tu atención en la respiración).

1. Empieza vaciando los pulmones completamente y aguantando la respiración hasta contar hasta cuatro.
2. Inspira mientras cuentas hasta cuatro, de modo que los pulmones se expandan totalmente y se llenen del todo (imagina que la respiración llena los pulmones a lo largo de todo el camino desde la garganta y la boca).

3. Aguanta la respiración mientras vuelves a contar hasta cuatro, manteniendo la garganta abierta y relajada.
4. Espira, contando hasta cuatro, hasta que sientas que los pulmones están completamente vacíos.
5. Aguanta, tras espirar, hasta que hayas contado hasta cuatro y recuerda que la boca, la garganta y el pecho deben estar completamente relajados, y no tensos.
6. Repite el proceso: vacía los pulmones y aguanta la respiración hasta haber contado hasta cuatro; inspira mientras cuentas hasta cuatro; aguanta la respiración hasta contar hasta cuatro; espira mientras cuentas hasta cuatro; aguanta hasta haber contado hasta cuatro; inspira mientras cuentas hasta cuatro.

Nota: Esta práctica consiste en encontrar tus ritmos personales, así que experimenta. Prueba esta práctica contando. La intención es dar con un ritmo que te permita estar sentado tranquila y cómodamente. Una vez que des con un ritmo adecuado, ve contando mientras respiras a lo largo de dos o tres minutos hasta que te sientas tranquilo y relajado, y luego regresa a tu patrón de respiración normal. Llegado a este punto, podrás continuar con tu hechicería, ritual o ceremonia.

EXPERIMENTO DE VISUALIZACIÓN (ABRIR EL OJO DE LA MENTE)

Una de las herramientas más geniales que una Bruja(e) tiene en su arsenal es su capacidad de visualizar: de formar y conservar imágenes mentales. Para cualquiera que esté interesado en la Brujería, la magia o la hechicería, esta disciplina es de vital importancia porque te ayuda no sólo a conservar la idea, sino también las energías de aquello que estás trabajando para crear. Si no puedes visualizarlo, no puedes ponerlo de manifiesto. A continuación, tenemos una serie de ejercicios que pueden ayudar a desarrollar estos conjuntos de habilidades y que formaron parte de mis fundamentos mágicos mientras empezaba.

El juego de Mariah: Éste es un ejercicio divertido pensado para estimular la memoria y desarrollar tu capacidad de recordar objetos a un nivel sensorial.

1. Encuentra a alguien que recoja al azar entre quince y veinte objetos pequeños y que los coloque en una bandeja.
2. Concéntrate en ellos durante un minuto y luego tápalos con un trapo.
3. Elabora una lista enumerando tantos de los objetos como puedas recordar.
4. Cuando ya no puedas recordar más, retira el trapo de la bandeja y compara. ¿Cuáles has recordado y cuáles olvidado?

Al empezar a trabajar con tu memoria, retoma este ejercicio para ver cuánto has mejorado.

Pelota de goma: A veces la gente tiene preocupaciones sobre su capacidad para recordar ciertas formas u objetos en su mente, y esto puede suponer un comienzo para desarrollar esta habilidad. Todos los músculos se atrofian si no se usan, y lo mismo puede pasarles a los músculos de nuestra imaginación y visualización.

1. Dibuja una pelota sencilla, sin adornos ni colores, e intenta conservar esa imagen en tu mente tanto tiempo como puedas.
2. Una vez que creas que has cumplido la tarea con éxito, añade color a la imagen.
3. Por último, añade textura a la pelota y mantén la imagen completamente acabada en tu visualización.

Estos dos primeros ejercicios suponen una base excelente. A continuación, intenta jugar con ellos un poco más para ver el grado de detalle al que puedes llegar con tu imaginación.

Lugar familiar: En este ejercicio imaginarás un lugar que conozcas muy bien y te sea muy familiar, y trabajarás para recordar tantos detalles sensoriales como puedas.

1. Escoge cualquier lugar que te resulte fácil de recordar.
2. Empieza por imaginarte observando todos los detalles y rasgos de ese lugar mientras te vas desplazando por la imagen en tu mente. Intenta ser tan concreto como puedas con los colores, las texturas, las formas y la iluminación. Emplearás tus sentidos al máximo para explorar este recuerdo.
3. Si eres capaz de acceder a ese espacio en tu vida actual, compara tus recuerdos con el aspecto que tiene ahora. ¿Qué objetos has pasado por alto, de qué cosas te has dado cuenta y hay alguna razón por las cuales te has dado cuenta de ellas?

ÓRBITA MICROCÓSMICA (COMBINA RESPIRACIÓN Y VISUALIZACIÓN)

Esta técnica tiene su origen en las prácticas Chi Kung del taoísmo que nos ayudan a cultivar y mover nuestras energías internas y nuestra fuerza vital mediante una combinación de técnicas de respiración y de visualización. El término *órbita* hace aquí referencia al movimiento en círculos de luz energética alrededor de cuerpo, y esta práctica tiene el objetivo de ayudarte a reunir cualquier energía perdida o errante, unir las con tu fuerza vital y elevarlas desde tu centro de energía raíz hasta tu coronilla y a la inversa, generando una energía que orbite.

1. Da con una posición cómoda para sentarte y empieza con la meditación mediante la respiración que aparece en este capítulo.
2. Concentra la atención en la zona que se encuentra a medio camino entre el ombligo y los huesos púbicos, y visualiza las energías que se encuentran ahí.
3. Espira por completo.
4. Mientras haces una respiración profunda, empieza a visualizar una corriente de energía dorada que fluye desde este punto central en tu cuerpo y síguela mientras viaja por debajo del hueso púbico hacia el cóccix (la base de la columna vertebral).
5. Siguiendo a esta corriente de energía, percibirás que empieza a ascender por la columna vertebral y la parte posterior del cuello.

6. Mientras fluye, subiendo, por el cuello, ahora esta luz dorada prosigue por la parte posterior de la cabeza y sobre la coronilla.
7. Desde la coronilla fluye sobre la frente y viaja hasta el tercer ojo.
8. En este momento sigues inspirando. Ahora te detendrás hasta contar hasta tres antes de espirar.
9. Tocando el velo del paladar con la lengua (creando así un circuito para que las energías se desplacen), permite, lentamente, que la energía descienda por el exterior de la cara, sobre los labios y dientes y que fluya a través del paladar duro.
10. Desde el paladar duro, la corriente se desplaza en sentido descendente por la lengua y garganta, atraviesa la mandíbula, pasa sobre los dientes y el labio inferior y desciende por la barbilla.
11. Continúa siguiendo a este canal de luz mientras irradia hacia abajo desde la barbilla hacia la garganta, desciende por el torso y, finalmente, completa el circuito en el punto en el que comenzaste (la zona situada entre el ombligo y los huesos púbicos).
12. Detente de nuevo mientras cuentas hasta tres antes de inspirar otra vez y vuelve a iniciar la órbita.

PROCEDIMIENTOS PARA TODAS LAS RECETAS, HECHIZOS Y RITUALES DEL LIBRO

Éstos son los pasos y las metodologías en las que te implicarás mientras trabajas con el resto del libro.

1. Llega a tu espacio con un estado de ánimo positivo y dispón de un área limpia desde la que trabajar, ya que todo lo que estés sintiendo, aquello sobre lo que estés pensando y a lo que dediques energía será absorbido por el material.
2. Prepara tu espacio, asegúrate de que las cosas estén al alcance de tu mano y de tu vista, además de seleccionando la música y otras experiencias sensoriales, como la bebida, las texturas e incluso la forma de escoger los ingredientes. Querrás que todo el entorno reverbere con tu intención a través de cada uno de los cinco sentidos.

3. Reúne todos los suministros y compruébalo todo dos veces antes de empezar, ya que no hay nada más irritante que tener que levantarte para buscar cosas. Como yo me olvido fácilmente de dónde guardé por última vez un objeto, puedo pasar quince minutos buscando unas tijeras. Además, esto hace que lleve tiempo regresar al flujo de energía, y ese patrón de empezar y parar puede fastidiar toda la sustancia y el placer del proceso.
4. Empieza a centrarte y carga tus energías con el ejercicio de respiración y la órbita microcósmica (*véase* más arriba).
5. Los siguientes pasos parecen insignificantes, pero consisten en honrar, pedir permiso y aportar un propósito a cada uno de los ingredientes. Recuerda que no tiene por qué tratarse de una gran creación, sino que consiste en acoger la conciencia de todo con lo que te implique.

Empieza limpiando espiritualmente y honrando al frasco y las herramientas que usarás. A algunas personas les gusta tomar algo de Agua Florida ya preparada u otras aguas espirituales para limpiar, suavizar y eliminar cualquier energía negativa. A continuación, puedes expresar una intención verbal que alinee el instrumento con el objetivo de la tarea y pasarlo por incienso o sahumarlo. Como opción para el sahumado, puedo pensar en una mezcla de copal, tabaco y milenrama, o en un carbón de incienso sobre un plato ignífugo.

CAPÍTULO 2



BÓVEDAS Y AGUAS FLORIDAS

Las artes de la veneración de los ancestros, la mediumnidad y el trabajo con los muertos

Bóvedas: Creando el altar de los ancestros

El término *bóveda* tiene un significado doble: un espacio seguro en el que guardar tesoros, además de una sala o edificio con los techos en forma de arco. Se trata de lugares sacros con la arquitectura propia de un lugar sagrado. Si los unimos, apuntan hacia un espacio seguro en el que puedes guardar tus tesoros y permitir que las oraciones y la conciencia asciendan. A medida que avances, recuerda que estás dando la bienvenida al Espíritu internamente para que te ayude a crear el cambio que estás buscando externamente.

CREAR LA BÓVEDA EN TU HOGAR

La bóveda física o la cúpula espiritual para tus veneraciones de los ancestros pueden crearse sobre cualquier superficie: desde el suelo hasta una mesa, un estante de una librería o de una chimenea, o en un ar-

mario o una alacena. Creado para ser un portal físico o una puerta de entrada para que los fallecidos accedan a nuestro hogar, actúa a modo de punto focal para despertar, evocar y desarrollar relaciones con nuestros seres queridos difuntos.

Preparación

Encuentra un lugar silencioso y tranquilo al que no puedan acceder fácilmente los niños ni las mascotas. A modo de sugerencia, puedes encontrar un espacio en una esquina de una habitación o en zonas con poco tránsito de personas donde puedas erigir tu altar para así asegurarte de que los objetos no sean movidos accidentalmente por familiares o invitados. Empieza por limpiar la zona a conciencia tanto física como espiritualmente con cualquiera de las recetas de Agua Florida (el Agua Florida es un perfume espiritual que atrae fuerzas positivas, tranquiliza y calma al Espíritu que habita en nuestro interior y repele la negatividad y las fuerzas negativas), y purifica el espacio espiritualmente usando incienso. Un ejemplo de una mezcla de incienso que podría usarse con este fin sería la de tabaco, salvia mexicana, romero, copal e incienso del árbol *Boswellia sacra*. Por último, demarca la zona con una línea de cascarilla (una tiza blanca hecha de cáscaras de huevo reducidas a polvo que podrás comprar en la mayoría de las tiendas que venden hierbas y amuletos para la práctica de la santería) con el fin de asegurarte de que las entidades que acudan a tu hogar sólo sean los antepasados a los que pretendes invocar.

ELEMENTOS CLAVE PARA LA BÓVEDA

Mantel: Se suele usar un mantel blanco o de color claro para circunscribir y apaciguar el espacio espiritual. Las telas de colores claros reflejan el calor y la negatividad, y elevan el área desde el punto de vista de la vibración.

Flores: Las flores, que son un principio dador de vida en el altar que representa nuestras comunicaciones, plegarias e intenciones, proporcionan energía y revitalizan el altar.

Vaso o vasos con agua: El agua refresca a los muertos después de su largo viaje. El agua representa la vida, la vitalidad y la comunicación entre los reinos y refresca, calma y dispersa el calor y las energías negativas. El agua también contiene las energías de todo lo que toca y lleva nuestras oraciones en su interior.

Vela: El fuego, que representa la iluminación y la capacidad de percibir, sentir y ver, nos conecta con el Creador, simboliza la elevación y la evolución, y es el principio transformador que nos permite ascender al siguiente nivel (*véase* el cap. 6).

Fotos de familiares fallecidos: La familia es, sencillamente, eso: familia, independientemente de cómo la definas. El mejor consejo posible consiste en tener fotos de familiares que llevaron una buena vida y una existencia ordenada. Frecuentemente, otras personas creen que deben tener a todos en el altar, pero, a estos efectos, estás pidiendo que estén presentes tus antepasados elevados, y no toda la gente fallecida con la que estás emparentada.

Perfumes: Si sabes de algún perfume o aroma que les encantara a tus ancestros, piensa en rociarlos sobre el altar cuando estés llevando a cabo el trabajo de oración, además de conservar una pequeña botella en el altar para atraerles hacia ti. Los perfumes elevan, incrementan el atractivo y protegen, y ponen otro nivel de defensa sobre la mesa (*véase* el cap. 5).

Incienso: El humo sagrado es un elemento intercultural que respalda y apoya dependiendo de la intención y del tipo usado.

DESARROLLO DE RELACIONES CON LA BÓVEDA

Ocúpate físicamente de esta zona cada semana limpiando y reemplazando el agua; renovando las flores; eliminando el polvo, los restos y los desperdicios del altar físico; y retirando cualquier ofrenda o material orgánico antes de que se echen a perder.

Con frecuencia, a la gente le gusta celebrar un servicio espiritual para sus antepasados preparando comidas y bebidas que les gustaban, hablando acerca de su vida frente al altar, reproduciendo música y, en

general, compartiendo su vida con los difuntos queridos. Quienes están comenzando con estas prácticas suelen creer que tienen una razón especial para hablar con sus antepasados o que sólo pueden hablar con ellos en su tumba o en un espacio dedicado a los ancestros, pero en realidad tenemos acceso a ellos con independencia de dónde nos encontremos porque existen, principalmente, en nuestro cuerpo, corazón y conciencia.

EJEMPLOS DE SERVICIOS

A continuación, tenemos muestras de oraciones que pueden recitarse para abrir las líneas de comunicación y sacar a la luz presencias de ancestros elevados. Los servicios u oficios pueden celebrarse en cualquier momento y cualquier día de la semana, pero considero que llevarlos a cabo a primera hora de la mañana los domingos ayuda a orientar mi semana. Frecuentemente empiezo con estas plegarias, hago ofrendas y reproduzco música en mi altar y hablo con ellos de lo que sea que se encuentre en mi corazón y mi mente. Al final del servicio, doy las gracias a todos aquellos que han aparecido, les pido que sigan caminando a mi lado y que estén en mi vida y hago sonar una campana para liberar las energías y regresar a mi conciencia cotidiana.

Honar al Creador

Creador, te saludo a ti y al nuevo día. Rezo a las cuatro direcciones, a los elementos y a todas las energías que crean continuamente el mundo de nuevo. Estas fuerzas nos aportan los recursos de las medicinas, las energías y el apoyo para sostener a la Tierra y a todos los que viven en ella. Nos aportan todas las cosas que proporcionan sustento y alimentan a nuestro Espíritu y fortalecen nuestro cuerpo. Cuando caminas con nosotros, somos victoriosos y rendimos homenaje a los caminos que has creado. Cuando eres nuestro aliado, nada puede bloquear el poder del Espíritu. Doy las gracias por los principios dadores de vida en la Creación. Esto nos aporta los alimentos del bosque, los dulces placeres de la existencia. Doy las gracias al Creador y a la Luz y la Vida en la Tierra.

Honar al Espíritu del que procedemos

Chispa de la Fuente, Espíritu que emana que da vida a todas las cosas, nosotros mismos nos convertimos en Manifestación. Con el Ser inmortal vivo en el interior de todos nosotros nunca moriremos. Cuando el Espíritu dador de vida llegue a la Tierra nunca moriremos. El mismo nombre que le damos al Destino es el mismo nombre que le damos a los que nos han salvado. El Espíritu de la Manifestación ha aparecido, nuestro amigo ha vuelto para nuestra reunión, y nuestra celebración comienza. Vengo a rezar ante el árbol sagrado. Vengo a rezar ante el árbol que lleva mis plegarias a los Antepasados. La celebración ha regresado. Sé los labios de nuestras oraciones; sé los ojos de nuestras plegarias; oye, toca y saborea nuestras oraciones. Chispa que emana, elimina cualquier obstáculo o bloqueo de nuestros caminos y abre las sendas para que los Antepasados Trascendentes lleguen.

Oración para el Espíritu Guardián Sagrado

Espíritu Guardián Sagrado, ayudante que has visto el sufrimiento de mi ser y las aflicciones en mi vida, no me rechaces en mi nivel más bajo ni te apartes de mi lado por mi inconstancia o mi mala conducta. No dejes espacio para que el mal me someta con las opresiones dirigidas a este cuerpo mortal, sino que tómame de mi mano temblorosa y extendida y condúceme por el camino de la liberación. Ser Sagrado Sorprendente y Benefactor del Creador; guardián de mi cuerpo, mente y Espíritu, perdóname por todas las veces que yo mismo he generado problemas en este día y en todos los días de mi vida; y si he actuado con una mala conducta de alguna forma este día y en el futuro, muestra, por favor, Guardián Sagrado, compasión. Protégeme esta noche y mantenme alejado de cualquier afrenta del enemigo, para que no enfurezca al Creador por cualquier mala decisión que tome; e intercede en mi nombre ante las Divinidades, de modo que el Espíritu pueda fortalecerme y moldearme para ser alguien limpio en el que pueda habitar la bondad.

Los guías espirituales

Espíritus bondadosos y considerados, mensajeros del Creador, centinelas cariñosos a los que se ha encomendado la misión de ayudarme a

crecer en sabiduría y amor, os pido que me proporcionéis vuestro apoyo mientras me enfrento a las decisiones cotidianas. Ayudadme, oh cariñosos guías, a tener la fortaleza de carácter para resistirme a los pensamientos perniciosos y para oponerme a la tentación de escuchar a las voces de entidades malvadas que me inducen a errar. Iluminad mis pensamientos y ayudadme a reconocer las reflexiones y los comportamientos que son regresivos. Elimina el velo de la ignorancia de mis ojos, de modo que pueda reconocer los lugares para crecer.

A ti, _____ (si conoces el nombre de tu guía principal, puedes emplearlo aquí, y si no, simplemente pide a tus guías espirituales en general), a quien yo en particular reconozco como mi guía, y a todos los otros buenos Espíritus que se interesan por mi bienestar, os rezo para ser digno de vuestra consideración. Conocéis mis necesidades y, por lo tanto, os solicito que me ayudéis a mejorar mi vida mientras me acerco más al Creador.

Interpretación de la oración de San Francisco

«Creador, conviérteme en un instrumento de tu paz. Allá donde haya odio, permíteme sembrar amor; allá donde haya heridas, perdón; allá donde haya duda, fe; allá donde haya desesperación, esperanza; donde haya tristeza, alegría. Oh, Divinidad de lo Más Alto, concédeme que no busque tanto ser consolado, como que pueda ofrecer consuelo; no tanto ser comprendido, como que pueda comprender; no tanto ser amado, como amar; ya que es dando como recibimos, es perdonando que somos perdonados, es transformándonos a nosotros mismos que somos verdaderamente liberados».

Tarea: A lo largo de los próximos siete días, renueva el agua de tu bóveda cada mañana y lleva tu vaso al exterior y reza. Conecta con el firmamento y con el Cielo, pidiendo que tus guías espirituales se acerquen más a tu vida.

Las flores y sus significados y asociaciones en el altar

Sé consciente de las flores por las que te sientes atraído y de a quién o qué representan para ti. ¿Hay flores concretas relacionadas con ciertos

recuerdos? ¿En qué consisten estos recuerdos? ¿Huelen las flores? ¿Qué te atrae de ellas? Guarda en tu mente las respuestas a estas preguntas cada vez que reemplaces las flores en el altar y muéstrate intencionado con respecto a las flores que escojas.

Flores blancas: Representan a los fallecidos recientemente y su viaje evolutivo. Ayudan a los difuntos a dejar atrás el mundo sensorial y representan la pureza (todo lo que no es propio de nosotros es eliminado), la luz y la iluminación interior, y la inmortalidad de nuestro Espíritu. Abren la comunicación con el Creador y nuestros guías espirituales y son ayudantes que pueden calmarnos cuando estamos agobiados desde el punto de vista de la energía.

Flores rojas: Nos ayudan a desprendernos de los problemas en nuestra vida, asumen el control de los problemas, ven posibilidades de victoria y combaten a las energías negativas.

Flores radiantes: Representan la personalidad en cuanto a la energía de los difuntos y ayudan a convertir el duelo en liberación y alegría.

Lirios: Representan una vida nueva, el renacimiento, la dulzura y la alegría. Son recordatorios de la gracia impresionante en torno a nuestra vida y la inocencia que yace debajo de la superficie de nuestros traumas.

Iris: Representan el puente arcoíris que conecta a los vivos con los reinos de los ancestros y su presencia en nuestra vida a pesar de que pasen desapercibidos.

Girasoles: Los girasoles, que son una ayuda para la elevación, la protección, la manifestación, la dulzura y la conectividad, reflejan la iluminación y la chispa del Creador en nuestro Espíritu. Abren las puertas a los guías espirituales y a los antepasados con conexiones con las regiones norteafricana, de Oriente Medio y del sur del Mediterráneo.

Azucenas/nardos: Nos protegen de los espíritus y las entidades negativos o desorientadores como si fueran ayudantes de los guardianes. Dulcifican, seducen y encantan, y también están implicados como afrodisíacos al cocinar con chocolate.

Rosas: Elevan nuestro Espíritu y nuestra conciencia y nos ayudan a crear vínculos, relaciones y conectividad con aquellos que viven y con los que han fallecido. Promueven el centramiento de nuestros sentimientos y experiencias y tienen que ver con la sensación de como si te encontraras «en medio de un jardín de rosas».

Caléndulas: Representan transiciones, transformación, bendiciones solares, renacimiento y la vida después de la muerte. Se consideran flores de los muertos en las comunidades centroamericanas y sudamericanas.

Margaritas: Representan el matrimonio, la fertilidad, el alumbramiento, el amor y los primeros enamoramientos.

Gladiolos: Representan la fidelidad, el recuerdo, los modelos a imitar y la valentía.

Claveles: Representan la admiración, la suerte, la purificación y la gratitud.

Agua Florida

Las aguas florales, como el Agua Florida, la Loción Pompeya, la Colonia 1800, el Agua de Sándalo, el Agua de Violetas, el Agua de Rosas, y la Colonia 1800 Tabaco se incluyen en la categoría del trabajo de mejora, tranquilización, equilibrio y elevación. A medida que vamos sintonizando con cómo mantenemos nuestras energías y lo fácil que es volverse abrumados, agotados, exaltados, caóticos y desplazados en nuestro interior en la vida cotidiana, empezamos a buscar herramientas que puedan contrarrestar, reequilibrar y volver a vigorizarnos (como nota al margen, Agua Florida significa «agua floral», y no es agua del estado de Florida, como el nombre podría sugerir).

Los olores moldean la forma en la que percibimos el mundo, y las artes de la perfumería han desempeñado papeles importantes no sólo en nuestra historia compartida, sino también en cada aspecto de nuestra vida, especialmente el espiritual. Desde las rosas hasta la carne podrida, el Espíritu y los espíritus han sido frecuentemente relacionados con fragancias mientras emanan, y la perfumería espiritual involucra a la energética de la fragancia y cómo poner de manifiesto estados concretos con su uso.

El Agua Florida, al igual que la mayoría de las fragancias enumeradas anteriormente, no empezó siendo un perfume espiritual, sino que fue incorporado a la Brujería para invitar al Espíritu interiormente, a nuestro entorno y a nuestros altares de diversas formas. En primer lu-

gar, como el aroma es principalmente floral, cítrico y especiado, se considera que es una colonia espiritualmente dulce. Las sustancias dulcificadoras se estiman atractivas, vigorizantes y poseedoras de una naturaleza que eleva la energía. La dulzura también sirve a modo de fuerza protectora porque las entidades negativas y que tienen una baja vibración quieren permanecer en su vibración y no ser elevadas. Puedes imaginarte este funcionamiento de la misma forma en que, cuando estás de mal humor, la última persona de la que quieres estar cerca es de alguien superalegre: así es cómo funciona, espiritualmente, el Agua Florida.

En segundo lugar, a medida que este perfume se hizo más popular, la gente se relacionó más con él y lo usó durante toda su vida. El olor es una de las formas más rápidas de evocar el recuerdo de una persona, un lugar y una experiencia, y si de verdad estamos abriendo un portal en nuestro interior para que el Espíritu entre, recurrimos a todos los recuerdos y asociaciones que tenemos con la energía que queremos emanar.

Breve historia de este perfume

El Agua Florida se originó en Norteamérica a mediados del siglo XIX, y alrededor de esa época, los alcoholes, aceites y otros medios perfumados se diferenciaron de las sustancias medicinales o alopáticas, obteniendo inspiración de fórmulas medicinales/espirituales como el Agua de Hungría, del siglo XIV, una fragancia basada en el romero usada para promover un envejecimiento elegante; el Agua de Lavanda, una medicina del siglo XV que supuestamente calmaba el sistema nervioso y tranquilizaba la mente; y el Agua de Colonia, una fórmula del siglo XVI que no sólo fue usada como perfume, sino que también tenía indicaciones para su uso interno con el nombre de Aqua Mirabilis (agua milagrosa).

Se dice que el Agua Florida combinaba las propiedades de todas estas recetas y, con el tiempo, la mayoría de las farmacias del país tuvieron su propia versión elaborada por los farmacéuticos de la botica usando componentes sintéticos. Aunque los atributos espirituales del perfume permanecieron, el material vegetal y las formas de obtenerlo medicinalmente pasaron de moda debido a su elaboración y el coste y

el tiempo de producción. A lo largo del resto del siglo XIX y hasta el presente, el Agua Florida se ha difundido a nivel mundial, y cada cultura ha añadido su propia versión a estas recetas. Las más destacadas son las variantes de Perú y Hong Kong.

El Agua Florida se clasifica como una colonia, lo que significa que su aroma es principalmente cítrico, ligeramente especiado y pasajero en términos de su persistencia (la capacidad del aroma de permanecer en la piel o en el ambiente).

Aguas perfumadas compradas en comercios y cómo cargarlas de energía

Las aguas compradas en comercios que puedes encontrar en la mayoría de las tiendas que venden hierbas y amuletos para la práctica de la santería y tiendas de productos metafísicos y espirituales se elaboran a partir de fragancias sintéticas con poco poder espiritual. Como Brujas, trabajamos con lo que tenemos a nuestro alrededor, y hay muchas formas de cargarlas de energía. La siguiente receta es la de un «Agua Florida» (agua botánica/floral) para cortar lazos y vínculos de energía negativos, limpiar apegos, invocar y evocar al Espíritu para que esté presente en el yo y en tu espacio de formas claras, tranquilas y serenas, y para limpiar al yo ante el altar.

Los médiums, los que trabajan con el espiritismo o las tradiciones espiritualistas latinoamericanas y aquellos de nosotros que llevamos a cabo muchas lecturas en público podemos vernos sobrepasados por el material, en términos de energía, que puede acompañar a cada cliente. Como forma de romper esta energía, de limpiarla del cuerpo y el aura, y de renovarnos a nosotros mismos, ésta es una práctica adicional que puede incorporarse a nuestros repertorios. El mediodía y la medianoche pueden ser especialmente intensos en lo tocante a la energía, y las Brujas suelen disponer de versiones de esta agua en sus altares de los ancestros para limpiarse durante el día y durante esos períodos.

Puedes encontrar estos ingredientes empleando la lista de recursos que aparece al final del libro y poniéndote en contacto con tiendas de productos metafísicos y espirituales y con comercios que venden hier-

bas y amuletos para la práctica de la santería. Cada ingrediente tiene una historia y un uso adecuado que se describe a continuación, y en esta práctica se te pedirá que recites en voz alta las plegarias correspondientes para invitar al espíritu de cada ingrediente a tu práctica.

5 aguas compradas en tiendas,
como Agua Florida, de Vetiver,
de Rosas, de Lavanda o de
Tabaco; Loción Pompeya o
Kolonia 1800
albahaca
siguaraya
vencedor

rompe saragüey
hierbabuena/menta
cascarilla
tabaco del altar de los
ancestros
frasco de conserva

Medicinas procedentes de plantas

Albahaca (*Ocimum basilicum*): La albahaca es originaria de regiones tropicales que se extienden desde África central hasta el Sudeste Asiático. Su proliferación como hierba culinaria, medicina interna y planta mágico-religiosa se ha difundido a nivel mundial. La albahaca aparece varias veces en este libro debido a su importancia y relevancia en estas tradiciones. Actúa a modo de antiinflamatorio medicinal y espiritual (elimina el calor y la irritación) y está especialmente implicada en trastornos como las úlceras pépticas, el síndrome del colon irritable, los niveles altos de colesterol y la artritis; y contribuye a la regulación de los niveles de azúcar y ayuda a fomentar una función hepática adecuada y a detoxificar el organismo, «Albahaca, Espíritu que atrae todas las energías y Seres positivos, Iluminados y elevados, te invocamos hoy para que te unas a nosotros en esta tarea. Albahaca, que promueves la tranquilidad y eliminas la irritación, oriéntame hacia el cultivo de esta medicina. Muéstrame formas de estar empoderado, de estar sosegado interiormente y en mis respuestas en el mundo, y ayúdame a reducir la intensidad y a apaciguar las situaciones desencadenantes. Albahaca, te invocamos para que te unas a nuestros trabajos».

Siguaraya (*Trichilia havanensis*): La siguaraya, que es oriunda de Venezuela, México y el Caribe, tiene un gran poder medicinal y mágico-espiritual. Está implicada, medicinalmente, en ayudar a los riñones

durante la expulsión de cálculos renales, ensancha los flujos restrictivos, fomenta unas articulaciones sanas y reduce el dolor reumático. Asimismo, contribuye a la reparación de la piel y en la curación de las cicatrices, además de tratar las infecciones de transmisión sexual. Desde el punto de vista espiritual, la siguaraya expulsa la negatividad que ha sido ingerida o que intenta unirse sin nuestro consentimiento, a nosotros o a nuestros espacios; aparta los pensamientos negativos internalizados, las maldiciones, los hechizos y otras fuerzas que invocan al mal. Si se planta cerca de los límites de nuestras propiedades, hogares, negocios y otros espacios importantes, los guarda y protege generando unas fronteras de energía fuertes. «Espíritu de la Siguaraya, trabaja conmigo para crear límites protectores donde pueda dar mi consentimiento a las energías a las que se deja entrar. Alumbrá con un foco a cualquier intruso y expúlsalo tanto internamente como de todos mis espacios. Ayúdame a seccionar los lazos y a eliminar a todas las fuerzas de desposesión. Fortalece y fortifica mi altar y crea un fuerte de protección».

Vencedor (*Zanthoxylum pistacifolium*): El vencedor, que es originario del Caribe y de las regiones del Golfo de México, en Centroamérica, cuando se prepara correctamente, trabaja con el sistema nervioso, es antifúngico y alivia los dolores menstruales. Desde el punto de vista metafísico, es un extracto natural controlador y dominante que reclama territorio y espacio. Colabora con los ritos de limpieza y purificación ayudando a la persona a reivindicar su espacio y su poder y apartando al resto de las energías. Se sabe que atrae influencias y fuerzas positivas y que puede ayudar a superar situaciones difíciles. También se sabe que en combinación con otras plantas medicinales es una potente hierba del amor que puede ayudarnos a reclamar el afecto que merecemos. «Vencedor, camina a nuestro lado en nuestro trabajo y presencia nuestras ceremonias. Espíritu de dominación, control y de reivindicación de nuestro poder, alíate con nosotros mientras nos mantenemos firmes y asumimos el control de cualquier situación. Te pedimos que nos ayudes a expulsar a todas las entidades, fuerzas y enemigos negativos y a atraer el amor, la compasión, la comprensión y a los Espíritus benévolos».

Rompe saragüey (*Eupatorium odoratum*): El rompe saragüey, que es originario de Sudamérica, el sur de México, Texas, Florida y el Caribe, es un larvicida que mata a todas las especies de mosquitos antes de que alcancen la edad adulta. También se le conoce por curar heridas, y varias partes de la planta tratan trastornos que van desde quemaduras hasta infecciones, además de tener propiedades anticancerígenas, antidiabéticas, antiinflamatorias y antioxidantes. El rompe saragüey quita y elimina capas de traumas negativos y pasados acumulados que llevamos en nuestros recuerdos físicos, mentales y emocionales y en nuestras auras. Disipa la negatividad y exorciza a los invitados y alimañas energéticos no deseados. «Rompe Saragüey, elimina dolores, traumas y tormentos pasados de nosotros y de nuestro entorno, y ayúdanos a empezar de cero. Espíritu que hace que se desvanescan las cosas que nos persiguen, ayúdanos apartar las adicciones, las conductas y los diálogos interiores opresivos; a la gente, las entidades y las fuerzas negativas que no nos respaldan y que nos desean el mal. Rompe Saragüey, protégenos a nosotros y a aquellos a quienes amamos y ayúdanos a expulsar a todos los seres con bajas vibraciones».

Hierbabuena (*Clinopodium douglasii*): La hierbabuena es un miembro de la familia de la menta, y esta variedad concreta es oriunda del oeste de Estados Unidos, Canadá y México, y se sabe que llega hasta las zonas costeras de Alaska. Medicinalmente, mejora los dolores del estómago y la digestión, la menta posee propiedades que refuerzan la memoria y mejora los síntomas del colon irritable. Espiritualmente, la hierbabuena es conocida por abrir caminos, romper bloqueos y atraer la buena suerte. Muchas de estas asociaciones están arraigadas en cómo crece en la naturaleza además de en cómo lidia con los insectos y las plagas. Si se planta ornamentalmente como cubierta del terreno, se extiende y cubre su territorio, ahogando, literalmente, a otras plantas de la zona y reclamando el espacio para sí misma. En la medicina tradicional china, se la conoce por tener propiedades refrescantes y puede expulsar el calor espiritual absorbido por el cuerpo. «Hierbabuena, te invocamos para que nos ayudes en nuestro trabajo, Espíritu de la Frescura, para que nos ayudes a reconocer el calor, el caos y la confusión en nosotros, en nuestras relaciones y en nuestro entorno. Elimínalos en todas sus formas y apóyanos para apartarnos de los mo-

dos y comportamientos reaccionarios. Hierbabuena, hierba que supera los obstáculos y abre los caminos, ayúdanos a identificarlos y eliminarlos antes de que existan en el mundo material. Espíritu de la buena fortuna que se extiende, respalda a nuestro sistema nervioso, calma nuestro corazón y difunde suerte y gracia a lo largo de nuestra vida».

Tabaco del altar de los ancestros: Hablaremos largo y tendido del tabaco más adelante en este capítulo, y su inclusión en esta fórmula es una forma de permitir que tu grupo de antepasados, tu espíritu, tus guías y tus guardianes («aquellos que caminan a nuestro lado») estén presentes en este trabajo y te respalden en todo momento. El tabaco también se hace arder en forma de carboncillos de incienso frente al altar en ciertos momentos para elevar nuestras plegarias y proporcionar un sahumado purificador. «Espíritu del Tabaco, invocamos a todos esos Seres, Espíritus, Guías y Ayudantes que están a nuestro lado y apoyan nuestra evolución, elevación y progreso mental, espiritual, física y emocionalmente. Le pedimos que estén presentes en este trabajo y que nos ayuden en todo momento. Espíritu del Tabaco, te invocamos para que estés presente».

Cascarilla: Se elabora moliendo cáscaras de huevos blancos que se vacían y limpian. La cascarilla imita, desde el punto de vista de la energía, a un compuesto de la arcilla de bentonita que se encuentra en el sudoeste de Nigeria y en la República Democrática del Congo. La cascarilla, que representa la pureza de nuestro Espíritu y a nuestras conexiones con la Fuente y el Creador, se ocupa de arrastrar a las divinidades hacia abajo y de crear límites y verjas de energía que las entidades negativas no pueden traspasar. La cascarilla tiene una larga historia en los ritos y las iniciaciones de las tradiciones religiosas de la diáspora africana en América. «Espíritu de la cascarilla, Espíritu de la Pureza, las Bendiciones y la Gracia, ayúdanos a marcar nuestros límites tanto internamente como en el seno de nuestras relaciones y hogares, y apoya nuestras conexiones con la Fuente y el Creador».

Procedimiento

Después de haber bendecido y consagrado todos los ingredientes y de haber creado el espacio sagrado, empezará, en primer lugar, con las medicinas vegetales y animales. Al ir invocando a cada planta y pidién-

dole que esté a tu lado en el trabajo, espirarás enérgicamente tres veces sobre el material y visualizarás a tu fuerza vital entrando en los extractos naturales y trayéndolos a la vida. Una vez que hayas completado estos pasos, añade la combinación de por lo menos cinco aguas espirituales que podrás encontrar en cualquier tienda que venda hierbas y amuletos para la práctica de la santería o cualquier comercio de productos metafísicos y espirituales. Recuerda que no consiste en porciones iguales de cosas y en la formulación, sino en la calidad y el propósito de la creación. La siguiente sección contiene una lista de algunas aguas espirituales comunes y sus finalidades. El último paso consiste en pronunciar tu intención sobre cómo quieres que toda la mezcla cobre vida y cuál es su meta u objetivo, y espirar tres veces hacia el interior del frasco. A veces, los practicantes dan el paso adicional de soplar o dirigir el humo de un puro o de tabaco hacia el interior del frasco mientras lo sellan y cierran. Esta agua espiritual se deja sobre el altar para que se cargue. Repele a los espíritus negativos por el mero hecho de estar en el altar y puede usarse para limpiarnos a nosotros mismos y a los demás.

Aguas

Agua Florida: En general, es un agua que bendice, tranquiliza y limpia.

Agua de Sándalo: Eleva y alza espiritualmente y atrae a seres iluminados.

Kolonia 1800: Limpia, despeja y elimina energías negativas.

Kolonia 1800 Vetiver: Rompe y aparta a las entidades negativas y atrae la buena suerte.

Agua de Rosas: Bendice, eleva y atrae a divinidades y profesores superiores.

Agua de Violetas: Compasión, belleza, gracia, elegancia, dulzura, inocencia.

Loción Pompeya: Fortuna, belleza, seducción, poder, encanto, carisma, dinero, prosperidad.

Kolonia 1800 Tabaco: Eleva nuestras oraciones hacia el Creador, honra a la medicina, limpia, vigila y protege.